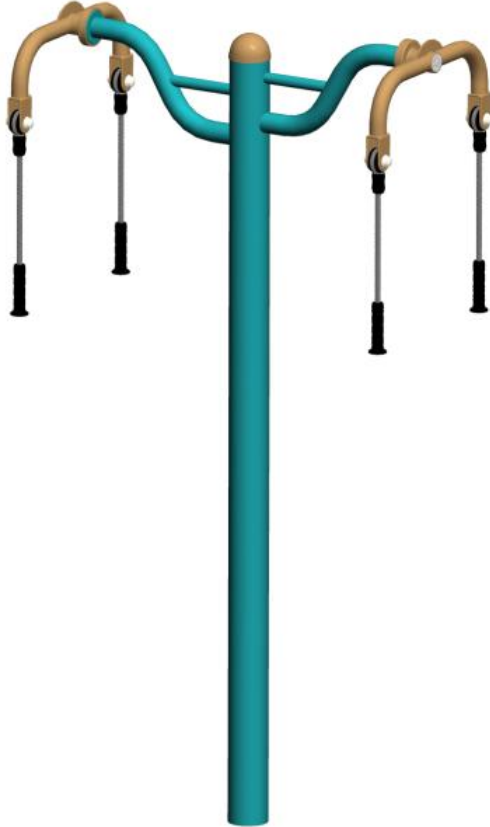


# 产品使用说明书

产品名称：上肢牵引器

产品型号：XLLJ022



***安装和使用产品前，请仔细阅读本说明！***

沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司



## 沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司

### 1. 技术参数:

外形尺寸 (±5mm): (L×W×H) 1235×610×2350

限定使用人数: 2人 (每站位限单人使用)

安全使用寿命: 8年

产品执行标准: GB19272-2011

### 2. 锻炼方法:

- 1) 练习者站在牵引器下方两臂向上伸直, 两手分别抓握牵引器的两个手柄, 两臂互为阻力相互对抗, 同时用力垂直向下交替拉动。

### 3. 主要功能:

锻炼手腕、手臂部肌肉, 促进上肢灵活性。

### 4. 适宜人群: 中老年

### 5. 锻炼建议: 3—5分钟/组 2—3组/次。

### 6. 注意事项:

- 1) 运动前充分活动肩关节、腕关节和肘关节。
- 2) 运动过程中速度不要过快, 拉伸过程中保持拉绳垂直。
- 3) 运动时抓牢把手且不要突然撤力, 以免造成伤害。
- 4) 非使用者应远离器材两米以外, 以免碰伤。
- 5) 儿童不宜使用该器械。
- 6) 有病理人士应征得医生同意, 并必须有家人看护。





## 7. 器材安装要求

- 1) 安装器材的土质，在距地表 800 深度以内应不低于干强度中等的土质要求（稍用力即可捏碎或掰断为干强度中等）；
- 2) 器材距架空高低压电线的水平距离应不小于 8m；
- 3) 器材距地下管道、地下线路边缘的水平距离应不小于 2m，距各类住宅的水平距离应不小于 8m；
- 4) 夜间需使用器材的场所，在器材边缘 2m 的范围内，光照度应不小于 15Lx；
- 5) 器材应远离易燃、易爆和有毒有害的物品，场地建设应符合国家的相关规定；
- 6) 浇注器材地基所使用的混凝土强度应不低于 C20，且在地基没有完全凝固之前，应有专人监护；
- 7) 器材在混凝土凝固可靠牢固后方可使用；
- 8) 器材安装应确保稳固、可靠，不应有基础部件和支撑部件的松动和晃动现象；
- 9) 器材装配应完整，各零部件不应产生折断、裂纹、影响使用性能的变形等现象；
- 10) 器材具有转动、滑动、摆动等活动性能的零部件，应保证运转灵活和到位，不应有无法转（滑、摆）动、卡滞、干涉、松动、异常碰撞以及异常声响等现象；
- 11) 器材安装时所有螺钉、垫圈、弹簧垫圈及各连接件等不得少装、漏装；
- 12) 器材安装时不得损伤器材表面；
- 13) 器材安装日期由安装人员现场打印，打印样式为 ABCDEF，其中 AB 为年份，CD 为月份，EF 为日期，如 2012 年 10 月 14 日打印为 121014；
- 14) 器材安装时，应确保相邻器材间的碰撞区域不重叠。



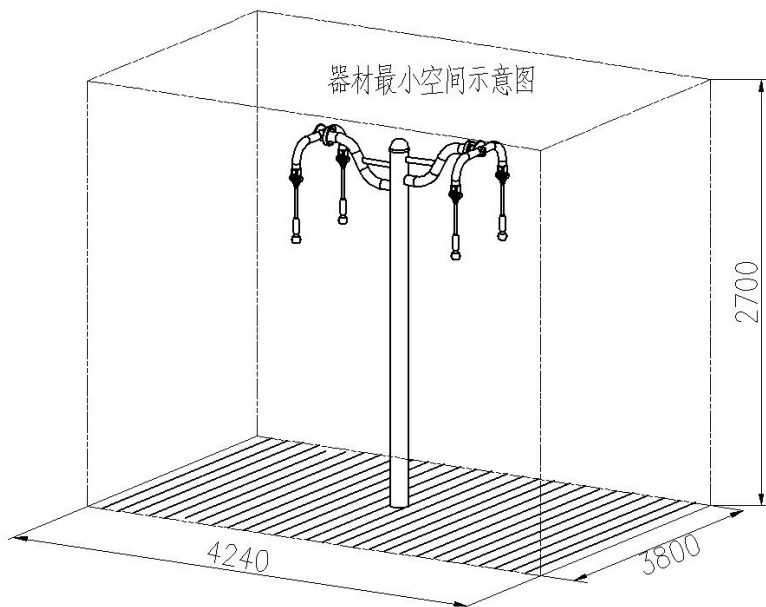
## 8. 器材最小空间及碰撞区域

1) 器材最小空间 (mm):  $4240 \times 3800 \times 2700$

碰撞区域 (mm):  $4240 \times 3800$  (如下图阴影区域)

2) 碰撞区域所在空间内, 应无任何导致使用者伤害的障碍。

3) 碰撞区域内铺设草坪。

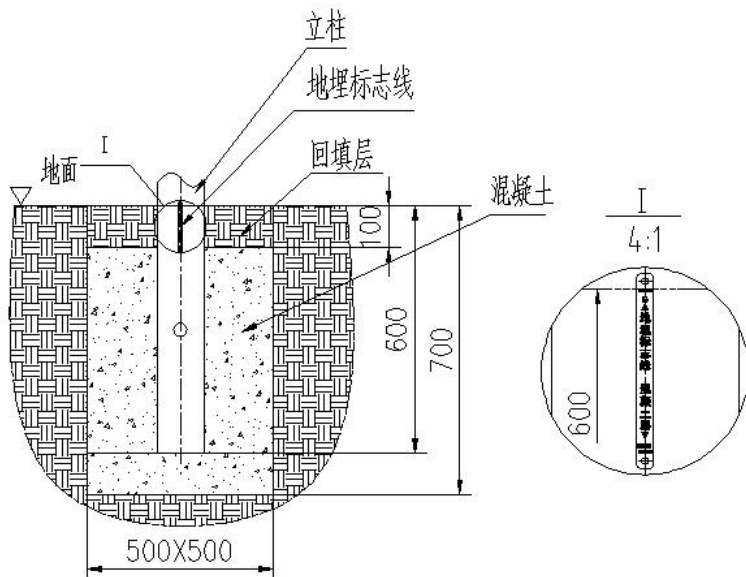




## 沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司

### 9. 器材地基安装

地基尺寸如下图示，混凝土以上为回填层（图示尺寸100）。

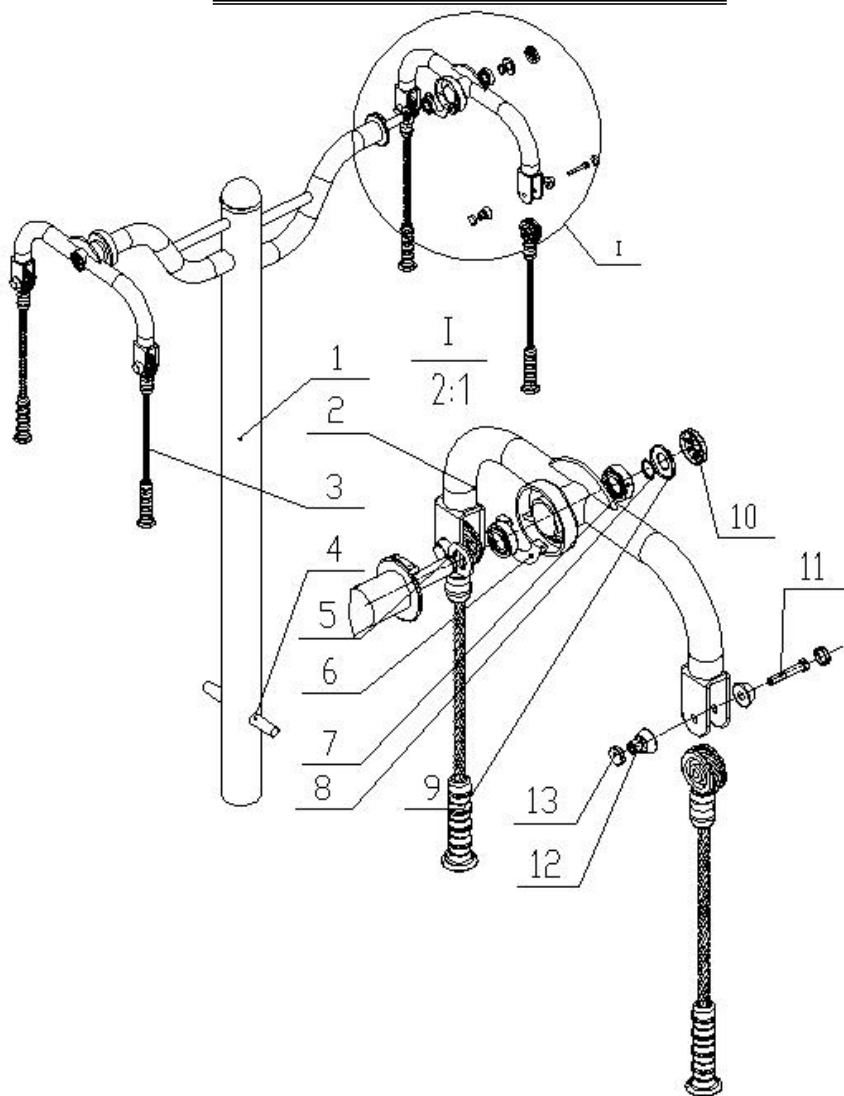


### 10. 安装示意图

序号	名称	数量	序号	名称	数量
1	立柱组件	1	8	φ25 轴用弹性挡圈	2
2	摆杆组件	2	9	密封圈 52*25*5	2
3	牵引绳组件	4	10	52 闷盖 2	2
4	地理支撑管	1	11	六角头螺栓 M12X60	4
5	密封圈 52*28*5	2	12	M12 锁紧螺母	4
6	减震垫	2	13	M12 平底防盗帽	8
7	深沟球轴承 6205	4	14		



沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司





## 沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司

### 11. 易损件明细表

序号	名称	数量	年限
1	深沟球轴承 6205	4	4
2	密封圈 52*28*5	2	4
3	密封圈 52*25*5	2	4
4	牵引绳组件	4	4

### 12. 包装要求

产品的内、外包装，应符合下列要求：

- 1) 有适宜的内、外包装或产品贴体包装，如：塑料袋、瓦楞纸箱、木箱及防潮湿的贴体包装等；
- 2) 内包装采用具有防潮、减震、抗冲击、耐腐蚀及环保性的包装材料，外包装具有正常搬运的堆放要求的强度。

### 13. 运输

应符合下列要求：

- 1) 严禁与化学物品、潮湿物品或易燃、易爆物品混装；
- 2) 装运器材的车厢、船舱应清洁，无明显潮湿、无腐蚀污染；
- 3) 敞车运输时，应用帆布等防水材料覆盖严密，严禁雨水浸湿；
- 4) 运输中的装卸，应按包装箱或包装物上的储运图示标志规定，采用合理的装卸方法，严禁野蛮装卸。

### 14. 管理与维护

- 1) 器材的安装应经使用单位和相关的制造商或经销商共同检查验收（器材安装检查表 A1，一式两份），合格后方可使用。
- 2) 使用单位按年度检查表（器材检查表 A2，一式两份），通知制造商或经销商进行维护修复。超过安全使用期限的，使用单位应负责及时报废拆除。
- 3) 各区域器材应有专人维护和看管，并了解维护器材的基本知识。
- 4) 固定在室外的器材设施，不得私自挪用或自行拆卸、更换地点。
- 5) 应经常检查易损构件，有缺陷的零部件应及时更换或将该器材采取禁用措施直到修复。



## 沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司

- 6) 对出现故障的器材，不能使用，应立即上报并进行隔离或限制运动等处理。
- 7) 对于器材出现严重故障，要及时给（器材）供货厂家取得联系，保管好脱落部件，请他们尽快处理。同时贴出告示，此器材禁止使用，予以警示。

### **15. 服务支持**

企业名称：沧州鑫龙教学设备制造股份有限公司

详细地址：河北省沧州市盐山 马村工业开发区

邮政编码：061300

服务电话：0317-6193928

全国免费服务电话：400-077-0338

传真：0317-6193921

本公司保留该产品改进的权利，届时恕不另行通知。

2014年03月第一次印刷

